

## Svinjska gripe (H1N1)

### Šta je svinjska gripa?

Svinjska influenca (svinjska gripa) je veoma zarazno, akutno respiratorno oboljenje svinja uzrokovano virusom influence tipa A koji redovno dovodi do pojave gripe kod svinja.

### Mogu li se ljudi zaraziti svinjskom gripom?

Virusi svinjske gripe obično ne mogu zaraziti ljude. Međutim, bilo je sporadičnih pojava zaraze svinjskom gripom kod ljudi. Najčešće se takvi slučajevi događaju kod ljudi koji su u direktnom dodiru sa svinjama (npr. kod djece u blizini svinja na sajmovima ili kod radnika u industriji odgoja svinja). Međutim, bilo je i slučajeva prijenosa svinjske gripe s čovjeka na čovjeka.

### Koji su simptomi svinjske gripe kod ljudi?

Simptomi svinjske gripe kod ljudi slični su simptomima redovne sezonske ljudske gripe i obuhvaćaju vrućicu, kašalj, začepljen nos i bolove u tijelu. Neki ljudi sa svinjskom gripom prijavili su i upaljeno grlo, mučninu, povraćanje i dijareju.

### Kako se svinjska gripa širi?

Virusi influence mogu se prenijeti direktno sa svinja na ljude i s ljudi na svinje. Zaraza ljudi virusima gripe od svinja najvjerojatnije se događa kada su ljudi u velikoj blizini zaraženih svinja, npr. u svinjskim oborima ili u izložbenim prostorima sa svinjama na sajmovima stoke. Moguć je i prijenos svinjske gripe s čovjeka na čovjeka. Vjeruje se da do njega dolazi na isti način kao i kod prijenosa sezonske gripe kod ljudi, koji se obično prenosi s osobe na osobu, i to uglavnom preko kašljanja ili kihanja osoba zaraženih virusom gripe. Ljudi se mogu zaraziti kada dodirnu inficirane površine i potom dodirnu svoja usta ili nos.

### Koliko je dugo osoba oboljela od svinjske gripe zarazna za druge osobe?

Oboljeli od virusa svinjske gripe smatraju se potencijalno zaraznim jedan dan po pojavi simptoma i dok god su simptomi prisutni, te do 7 dana po pojavi bolesti. Djeca, osobito mlađa djeca, mogu biti zarazna i u duljem periodu.

### Mogu li se ljudi zaraziti svinjskom gripom konzumiranjem svinjskog mesa?

Ne. Virusi svinjske gripe se ne prenose hranom. Ne možete dobiti svinjsku gripu konzumiranjem svinjskog mesa ili proizvoda od svinjskog mesa. Konzumiranje propisno rukovanog i termički obrađenog svinjskog mesa i proizvoda od svinjskog mesa je sigurno. Termička obrada svinjskog mesa na unutarnjoj temperaturi od 160 °F (70 °C) ubija sve viruse i druge patogene u hrani.

### Koliko je ozbiljna zaraza svinjskom gripom?

Kao i sezonska gripa, svinjska gripa kod ljudi može varirati po ozbiljnosti, od blage do ozbiljne. Između 2005. i siječnja 2009. u SAD je zabilježeno 12 slučajeva svinjske gripe kod ljudi, bez smrtnog ishoda. Međutim, infekcija svinjskom gripom može biti veoma ozbiljna, te uzrokovati komplikacije, kao što je zapaljenje pluća.

### Koji su lijekovi na raspolaganju za liječenje infekcije svinjskom gripom kod ljudi?

Centar za kontrolu i prevenciju bolesti (CDC) preporučuje uporabu oseltamivira ili zanamivira za liječenje i/ili prevenciju infekcije virusima svinjske gripe. Antivirusni lijekovi se dobivaju na recept (tablete, sirupi ili inhalator) i oni sprječavaju da se virusi gripe reproduciraju u tijelu oboljelog. Ukoliko obolite, antivirusni

lijekovi mogu ublažiti bolest i učiniti da se brže osjećate bolje. Oni također mogu i spriječiti ozbiljne komplikacije gripe. Ukoliko obolite i vjerujete da imate gripu, obratite se Vašem ljekaru.

### **Kako se dijagnosticira infekcija svinjskom gripom kod ljudi?**

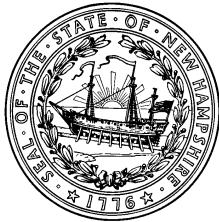
Da bi se dijagnosticirala infekcija svinjskom gripom A, treba se uzeti respiratorni uzorak unutar prvih 4 do 5 dana bolesti (kada je najvjerojatnije da zaražena osoba ima virus u tijelu). Međutim, neke osobe, osobito djeca, mogu u tijelu imati virus i 10 dana, pa i dulje. Identificiranje virusa kao virusa svinjske gripe A zahtijeva slanje uzorka u državni laboratorij za javno zdravlje na testiranje.

### **Šta mogu učiniti da se zaštitim od obolijevanja?**

Kako trenutačno na raspolaganju ne postoji cjepivo za zaštitu od svinjske gripe, postoji više svakodnevnih postupaka koji Vam mogu pomoći da spriječite širenje mikroba koji uzrokuju respiratorne bolesti kao što je gripa:

- Pokrijte nos i usta rupčićem kada kašljete ili kišete.
- Često perite ruke vodom i sapunom, osobito nakon što se iskašljete ili kihnete.
- Pokušajte izbjegći bliski kontakt s oboljelim osobama
- Izbjegnite zajedničko korištenje pribora za jelo
- Ukoliko obolite od gripa, ne idite na posao ili u školu i ograničite kontakte s drugim osobama kako ih ne biste zarazili.

**Ukoliko imate nedoumica ili pitanja u vezi sa svinjskom gripom, pozovite javnu liniju New Hampshire-a za informacije o H1N1 (svinjska gripa) na broj 1-888-330-6764 od 8:00 h do 20:00 h svakog dana. Za detaljnije informacije obratite se Centru za kontrolu i prevenciju bolesti (CDC) preko web lokacije [www.cdc.gov/H1N1flu](http://www.cdc.gov/H1N1flu), pozovite broj CDC za informacije 1-800CDC-INFO, posjetite web lokaciju Svjetske zdravstvene organizacije [www.who.int](http://www.who.int) ili web lokaciju Ministarstva za zdravlje i socijalna pitanja New Hampshire-a [www.dhhs.state.nh.gov](http://www.dhhs.state.nh.gov).**



Ministarstvo za zdravlje i socijalna pitanja New Hampshire-a  
1. svibanj 2009.

## Često postavljana pitanja u vezi sa svinjskom gripom

### **Šta je svinjska gripa?**

Svinjska influenca (ili svinjska gripa) je respiratorno oboljenje svinja uzrokovano virusom influence tipa A. Pojava svinjske gripe u svinja je redovna. Nije uobičajeno da ovi virusi pređu na ljude i prouzroče epidemiju gripa velikih razmjera.

### **Ima li infekcija svinjskom gripom kod ljudi u SAD?**

Krajem ožujka i početkom travnja 2009. prvi slučajevi infekcije svinjskom gripom A (H1N1) kod ljudi zabilježeni su u južnoj Californiji i u blizini San Antonija, Texas. Zabilježeni su slučajevi obolijevanja i u drugim državama SAD, te i u drugim državama svijeta. Ažurirani broj potvrđenih slučajeva u SAD dostupan je na web stranici [www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm](http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm). Centar za kontrolu i prevenciju bolesti (CDC) i državne i lokalne zdravstvene organizacije surađuju na istraživanju i praćenju ove situacije.

### **Da li je svinjska gripa veoma zarazna?**

CDC je utvrdio da je virus zarazan i da se širi s čovjeka na čovjeka. Međutim, trenutačno nije poznato koliko se lako virus prenosi s čovjeka na čovjeka.

### **Koji su znaci i simptomi svinjske gripe kod ljudi?**

Simptomi svinjske gripe kod ljudi slični su simptomima redovne sezonske ljudske gripe i obuhvaćaju vrućicu, kašalj, upaljeno grlo, bolove u tijelu, glavobolju, zimice i umor. Neki oboljeli od svinjske gripe prijavili su i dijareju i povraćanje. Kao i kod sezonske gripe, svinjska gripa može prouzročiti pogoršanje postojećih hroničnih bolesti.

### **Kako se osoba može zaraziti svinjskom gripom?**

Vjeruje se da se svinjska gripa širi na isti način kao i sezonska gripa, s osobu na osobu preko kašljanja i kihanja oboljelih od gripe. Ljudi se mogu zaraziti i dodirivanjem zaraženih predmeta i potom dodirivanjem svojih usta ili nosa.

### **Kada osoba oboljela od gripe može zaraziti drugu osobu?**

Inficirane osobe mogu inficirati druge osobe počevši od 1 dana prije pojave simptoma do 7 dana i dulje od kada obole. To znači da se gripa može prenijeti na druge i prije no osoba dozna da je oboljela, kao i dok bolest traje.

### **Šta ljudi mogu učiniti da spriječe da obole?**

Najvažnija stvar koju ljudi mogu učiniti kako bi spriječili da obole jeste ono što bi već trebali da rade: pranje ruku, i to često. Također je važno i izbjegći bliski kontakt s oboljelimima,

dovoljno spavati, hraniti se zdravo i redovito vježbati. Također je važno i izbjegavati dodirivanje površina koje mogu biti kontaminirane virusom gripe.

### **Postoji li lijek za liječenje svinjske gripe?**

Da. CDC preporučuje uporabu oseltamivira ili zanamivira za liječenje infekcija virusima svinjske gripe. Antivirusni lijekovi se dobivaju na recept (tablete, sirupi ili inhalator) i oni djeluju protiv gripe tako što sprječavaju da se virusi gripe reproduciraju u tijelu oboljelog. Ukoliko obolite, antivirusni lijekovi neće učiniti da gripa nestane, ali mogu ublažiti bolest i učiniti da se brže osjećate bolje. Oni također mogu i sprječiti ozbiljne komplikacije gripe. Kod liječenja, antivirusni lijekovi najbolje djeluju ako ih počnete uzimati čim obolite (unutar 2 dana od pojave simptoma).

### **Da li je konzumiranje svinjskog mesa i proizvoda od svinjskog mesa sigurno?**

Da. Svinjska gripa se ne širi preko hrane. Ne možete oboljeti od gripe konzumiranjem svinjskog mesa i proizvoda od svinjskog mesa. Kao i uvijek, konzumiranje propisno rukovanog i termički obrađenog svinjskog mesa i proizvoda od svinjskog mesa je sigurno.

### **Koje mjere opreza ljudi mogu poduzeti kako bi sprječili da obole?**

Trenutačno ne postoji cjepivo za zaštitu od svinjske gripe, jer je to novi virus. Ali, postoje svakodnevni postupci koji mogu pomoći da se sprječi širenje mikroba koji uzrokuju respiratorne bolesti kao što je gripa, i to:

- Pokrijte nos i usta rupčićem kada kašljete ili kišete, a zatim bacite rupčić u smeće nakon uporabe, ili pokrijte lice laktom.
- Često perite ruke vodom i sapunom (15-20 sekundi topлом vodom i sapunom), osobito nakon kašljanja ili kihanja. Rupčići s alkoholom za brisanje ruku također su djelotvorni.
- Pokušajte izbjjeći bliski kontakt s oboljelima.
- Ukoliko obolite od gripe, ne idite na posao ili u školu i ograničite kontakt s drugima kako ih ne biste zarazili.

### **Šta ljudi trebaju raditi ako se zaraze?**

Ukoliko živate u oblasti u kojoj su identificirani slučajevi svinjske gripe ili ste putovali na mjesto u kojima su identificirani slučajevi svinjske gripe i obolite, te osjećate simptome nalik gripi, što obuhvaća vrućicu, bolove u tijelu, curenje iz nosa, upaljeno grlo, mučninu, povraćanje ili dijareju, obratite se svom ljekaru, osobito ako Vas ti simptomi brinu. Vaš ljekar će utvrditi je li potrebno testiranje na gripu ili liječenje.

### **Koja su znaci upozorenja na hitno stanje na koje se treba obratiti pažnja u slučaju ozbiljne bolesti?**

U djece, znaci upozorenja na hitno stanje koji zahtijevaju hitnu pomoć ljekara obuhvaćaju:

- Brzo disanje ili problemi s disanjem
- Pomodrost kože
- Neuzimanje dovoljno tekućine
- Nehodanje i odsustvo interakcije s drugima
- Velika razdražljivost, tako da dijete ne želi da ga se drži
- Simptomi gripe se poboljšaju, a zatim vrate s vrućicom i još težim kašljem
- Vrućica s osipom

U odraslih, znaci upozorenja na hitno stanje koji zahtijevaju hitnu pomoć ljekara obuhvaćaju:

- Bol ili neočekivani pritisak u predjelu grudi ili abdomena
- Neočekivana vrtoglavica
- Zbunjenost
- Ozbiljno ili ustrajno povraćanje

**Kako osoba može znati da li je oboljela od svinjske gripe?**

Mnogi ljudi to neće ni doznati, jer neće oboljeti toliko da zatraže pomoć ljekara, kao što je slučaj i kod sezonske gripe. Ukoliko posjetite svog ljekara, on će obaviti preliminarni test koji će pokazati da li ste oboljeli od gripe ili ne. Nakon toga, uzorci se mogu poslati u laboratorije NH za javno zdravlje na daljnje testiranje kako bi se utvrdilo da li je virus gripe virus svinjske gripe ili ne.

*Za više informacija i pitanja u vezi sa svinjskom gripom pozovite javnu liniju New Hampshire-a za informacije o svinjskoj gripi na broj 1-888-330-6764 svakog dana od 8:00 h do 20:00 h. Možete posjetiti i web lokaciju NH Ministarstva za zdravlje i socijalna pitanja na adresi [www.dhhs.nh.gov](http://www.dhhs.nh.gov), web lokaciju Centra za kontrolu i prevenciju bolesti (CDC) na adresi [www.cdc.gov/H1N1flu](http://www.cdc.gov/H1N1flu), pozvati broj CDC za informacije 1-800-CDC-INFO, ili posjetiti web lokaciju Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) na adresi [www.who.int](http://www.who.int).*